

# ПЕРВЫЙ РАЗ В ДЕТСКИЙ САД

## Советы про адаптацию ребёнка к детскому саду.

- ✓ Дома постепенно переводите ребёнка на режим, который принят в детском саду
- ✓ Вводите в рацион питания блюда, которые входят в меню детского сада
- ✓ Научите ребёнка посещать туалет, мыть руки, пользоваться ложкой и чашкой, одеваться и раздеваться самостоятельно.
- ✓ Расширяйте опыт общения ребёнка – ходите в гости, почаще гуляйте на детских площадках
- ✓ Создавайте условия для самостоятельной игры ребёнка, это его развивает
- ✓ Расскажите ребёнку, что такое детский сад. Выбирайте добрые мультфильмы, книги и игры на эту тему
- ✓ Детский сад начинайте посещать постепенно. Сначала оставляйте ребёнка на пару часов
- ✓ Когда приводите ребёнка в детский сад, давайте ему понять, что обязательно за ним вернётесь
- ✓ Объясните ребёнку мотив, зачем посещать детский сад.

**Педагог психолог: Ломоносова К.С**